

2024年



こんだてひょう



館第一すぎのこ保育園

日	曜	1・2歳午前おやつ	昼食	3時おやつ	栄養価(幼児)	
					エネルギー kcal	タンパク質 g
1	土	牛乳 きかん棒	納豆丼 おかかあえ みそ汁 オレンジ	牛乳 ウィンナードッグ	557 Kcal 20 g	25.3 g
3	月	牛乳 ベジタブル せんべい	ごはん 生揚げと野菜の味噌炒め スティック野菜 すまし汁	牛乳 ジャムマガサンド	523 Kcal 19 g	23.2 g
4	火	牛乳 豆花クッキー	ごはん マーボー豆腐 ナムル 中華風スープ	牛乳 ハムとチーズの蒸しパン	567 Kcal 20 g	24.7 g
5	水	牛乳 きかん棒	米粉ロールパン タンドリーチキン ブロッコリーサラダ 人参スープ	麦茶 おかかおにぎり たくあん	468 Kcal 16 g	19.1 g
6	木	りんご ジュース スティック チーズ	ごはん 魚の南蛮漬け 切り干し大根のごまあえ かみなり汁	牛乳 フライドポテト	527 Kcal 21 g	23.7 g
7	金	牛乳 HIガッキー	【お誕生日会】エビピラフ 鶏肉の香草パン粉焼き きゅうりと トマトのサラダ マカロニスープ 清美オレンジ	牛乳 お誕生日ケーキ	686 Kcal 28 g	22.0 g
8	土	牛乳 きかん棒	焼き肉丼 即席づけ すまし汁 パナナ	牛乳 ツナ&コーンパン	605 Kcal 18 g	24.4 g
10	月	牛乳 ベジタブル せんべい	ごはん ポークカレー しゃきしゃき野菜サラダ	牛乳 マカロニきな粉	596 Kcal 19 g	23.7 g
11	火	牛乳 豆花クッキー	米粉ロールパン ミートローフ わかめサラダ チンゲン菜のスープ	麦茶 コーンカレーおにぎり チーズ	471 Kcal 17 g	18.5 g
12	水	牛乳 きかん棒	そばろ丼 ごま酢あえ みそ汁	牛乳 焼きそば	526 Kcal 20 g	24.7 g
13	木	りんご ジュース スティック チーズ	和風スパゲッティ キャベツのサラダ 豆腐のスープ	牛乳 ドーナッツ	555 Kcal 22 g	22.9 g
14	金	牛乳 HIガッキー	米粉ロールパン 魚のチーズ焼き フレンチサラダ マンハッタン風クラムチャウダー	麦茶 紫陽花ゼリー クラッカー	411 Kcal 17 g	20.7 g
15	土	牛乳 きかん棒	納豆丼 おかかあえ みそ汁 オレンジ	牛乳 ウィンナードッグ	557 Kcal 20 g	25.3 g
17	月	牛乳 ベジタブル せんべい	ごはん 生揚げと野菜の味噌炒め スティック野菜 すまし汁	牛乳 ジャムマガサンド	523 Kcal 19 g	23.2 g
18	火	牛乳 豆花クッキー	ごはん マーボー豆腐 ナムル 中華風スープ	牛乳 ハムとチーズの蒸しパン	567 Kcal 20 g	24.7 g
19	水	牛乳 きかん棒	米粉ロールパン タンドリーチキン ブロッコリーサラダ 人参スープ	麦茶 おかかおにぎり たくあん	468 Kcal 16 g	19.1 g
20	木	りんご ジュース スティック チーズ	ごはん 魚の南蛮漬け 切り干し大根のごまあえ かみなり汁	牛乳 フライドポテト	527 Kcal 21 g	23.7 g
21	金	牛乳 HIガッキー	ごはん 鶏肉の香草パン粉焼き きゅうりとトマトのサラダ マカロニスープ	牛乳 米粉のブラウニー	616 Kcal 28 g	22.0 g
24	月	牛乳 ベジタブル せんべい	ごはん ポークカレー しゃきしゃき野菜サラダ	牛乳 マカロニきな粉	596 Kcal 19 g	23.7 g
25	火	牛乳 豆花クッキー	米粉ロールパン ミートローフ わかめサラダ チンゲン菜のスープ	麦茶 コーンカレーおにぎり チーズ	471 Kcal 17 g	18.5 g
26	水	牛乳 きかん棒	そばろ丼 ごま酢あえ みそ汁	牛乳 焼きそば	526 Kcal 20 g	24.7 g
27	木	りんご ジュース スティック チーズ	和風スパゲッティ キャベツのサラダ 豆腐のスープ	牛乳 ドーナッツ	555 Kcal 22 g	22.9 g
28	金	牛乳 HIガッキー	米粉ロールパン 魚のチーズ焼き フレンチサラダ マンハッタン風クラムチャウダー	麦茶 紫陽花ゼリー クラッカー	411 Kcal 17 g	20.7 g
29	土	牛乳 きかん棒	焼き肉丼 即席づけ すまし汁 パナナ	牛乳 ツナ&コーンパン	557 Kcal 20 g	25.3 g

## 虫歯予防

6月4日は虫歯予防デーです。虫歯は歯が糖분을元に酸をつくり、この酸が歯の表面を溶かすことで起こります。子どもたちの歯は柔らかく、虫歯になりやすいため、毎日の歯磨きで虫歯を予防することが大切です。また、健康な歯を作るためにもバランスの良い食事を噛んで食べることを心がけ、清涼飲料水などをだらだら飲まないように注意しましょう。



## お知らせ

6月12日は食育講座があります。幼児さんを対象に給食の先生が食育のお話をしますよ。今年度の食育は「まめ」をテーマにいろいろ子どもたちと楽しみながら一緒に学んでいきたいと思っています。知っているようで知らないお豆の世界を広げていきます。



## 6月のメニュー

〈かみなり汁、紫陽花ゼリー、カタツムリケーキ〉

●かみなり汁・・・北関東の郷土料理です。水気を切った豆腐を崩しながら油で炒め、だし汁や味噌で味付けした具沢山の汁物です。豆腐を油で炒めている時のバリバリという音がかみ나리의音に似ていることからかみなり汁という名前がつけました。



●紫陽花ゼリー・・・6月のお花といえばアジサイ！！カラフルで綺麗なゼリーです。

※本物のアジサイは毒があるので食べたりしないでくださいね。



★今月は子どもたちの大好きなカタツムリもおやつに登場しますよ。可愛らしいカタツムリケーキにいつ会えたかお子さん達から聞いてみてください。



2024年



献立表(12か月頃～)



館第一すぎのこ保育園

日	曜	午前おやつ	昼食	3時おやつ
1	土	牛乳 ベビースティック	納豆丼 おかかあえ みそ汁 オレンジ	牛乳 ウィンナードッグ オニオンスープ
3	月	牛乳 かぼちゃのボーロ	軟飯 生揚げと野菜の味噌炒め スティック野菜 すまし汁	牛乳 ジャムパン 豆乳スープ
4	火	牛乳 豆花クッキー	軟飯 マーボー豆腐 ナムル 中華風スープ	牛乳 ハムとチーズの蒸しパン ほうれん草スープ
5	水	牛乳 ベビースティック	米粉ロールパン タンドリーチキン ブロッコリーサラダ 人参スープ	牛乳 おかかおにぎり みそ汁
6	木	牛乳 かぼちゃのボーロ	軟飯 魚の南蛮漬け 切り干し大根のごまあえ 根菜汁	牛乳 フライドポテト みそ汁
7	金	牛乳 HIガッキー	【お誕生日会】軟飯 鶏肉の香草パン粉焼き きゅうりとトマトのサラダ マカロニスープ オレンジ	牛乳 豆腐とトマトのリゾット わかめスープ
8	土	牛乳 ベビースティック	野菜おじや 人参の甘煮 すまし汁 パナナ	牛乳 ツナ&コーンパン キャベツのスープ
10	月	牛乳 かぼちゃのボーロ	軟飯 野菜のクリーム煮 しゃきしゃき野菜サラダ	牛乳 マカロニきな粉 ポテトスープ
11	火	牛乳 豆花クッキー	米粉ロールパン ミートローフ わかめサラダ チンゲン菜のスープ	牛乳 チーズがゆ キャベツのスープ
12	水	牛乳 ベビースティック	そぼろ丼 ごま酢あえ みそ汁	牛乳 野菜うどん
13	木	牛乳 かぼちゃのボーロ	和風スパゲッティ キャベツのサラダ 豆腐のスープ	牛乳 ドーナツ ミルクスープ
14	金	牛乳 HIガッキー	米粉ロールパン 魚のチーズ焼き フレンチサラダ マンハッタン風クラムチャウダー	牛乳 あんかけ鮭うどん
15	土	牛乳 ベビースティック	納豆丼 おかかあえ みそ汁 オレンジ	牛乳 ウィンナードッグ オニオンスープ
17	月	牛乳 かぼちゃのボーロ	軟飯 生揚げと野菜の味噌炒め スティック野菜 すまし汁	牛乳 ジャムパン 豆乳スープ
18	火	牛乳 豆花クッキー	軟飯 マーボー豆腐 ナムル 中華風スープ	牛乳 ハムとチーズの蒸しパン ほうれん草スープ
19	水	牛乳 ベビースティック	米粉ロールパン タンドリーチキン ブロッコリーサラダ 人参スープ	牛乳 おかかおにぎり みそ汁
20	木	牛乳 かぼちゃのボーロ	軟飯 魚の南蛮漬け 切り干し大根のごまあえ かみなり汁	牛乳 フライドポテト みそ汁
21	金	牛乳 HIガッキー	軟飯 鶏肉の香草焼き きゅうりとトマトのサラダ マカロニスープ	牛乳 豆腐とトマトのリゾット わかめスープ
24	月	牛乳 かぼちゃのボーロ	軟飯 野菜のクリーム煮 しゃきしゃき野菜サラダ	牛乳 マカロニきな粉 ポテトスープ
25	火	牛乳 豆花クッキー	米粉ロールパン ミートローフ わかめサラダ チンゲン菜のスープ	牛乳 チーズがゆ キャベツのスープ
26	水	牛乳 ベビースティック	そぼろ丼 ごま酢あえ みそ汁	牛乳 野菜うどん
27	木	牛乳 かぼちゃのボーロ	和風スパゲッティ キャベツのサラダ 豆腐のスープ	牛乳 ドーナツ ミルクスープ
28	金	牛乳 HIガッキー	米粉ロールパン 魚のチーズ焼き フレンチサラダ マンハッタン風クラムチャウダー	牛乳 あんかけ鮭うどん
29	土	牛乳 ベビースティック	焼き肉丼 即席づけ すまし汁 パナナ	牛乳 ツナ&コーンパン キャベツのスープ

## 虫歯予防

6月4日は虫歯予防デーです。虫歯は歯が糖分を元に酸をつくり、この酸が歯の表面を溶かすことで起こります。子どもたちの歯は柔らかく、虫歯になりやすいため、毎日の歯磨きで虫歯を予防することが大切です。また、健康な歯を作るためにもバランスの良い食事を噛んで食べることを心がけ、清涼飲料水などをだらだら飲まないように注意しましょう。



## 6月のメニュー 〈かみなり汁、紫陽花ゼリー、カタツムリケーキ〉

●かみなり汁…北関東の郷土料理です。水気を切った豆腐を崩しながら油で炒め、だし汁や味噌で味付けした具沢山の汁物です。豆腐を油で炒めている時のバリバリという音がかみなりの音に似ていることからかみなり汁という名前がつけました。



●紫陽花ゼリー…6月のお花といえばアジサイ！！カラフルで綺麗なゼリーです。

※本物のアジサイは毒があるので食べたりしないでくださいね。

★今月は子どもたちの大好きなカタツムリもおやつに登場しますよ。可愛いカタツムリケーキにいつ会えたかお子さん達から聞いてみてください。



## お知らせ

6月12日は食育講座があります。幼児さんを対象に給食の先生が食育のお話をしますよ。今年度の食育は「まめ」をテーマにいろいろな子どもたちと楽しみながら一緒に学んでいきたいと思います。知っているようで知らないお豆の世界を広げていきます。





# 2024年 6月献立表(9~11か月頃) 館第一すぎのこ保育園

日	曜	午前食	午後食
1	土	納豆がゆ おかか煮 みそ汁	米粉ロールパン牛乳浸し オニオンスープ ミルク
3	月	全がゆ 生揚げと野菜の味噌煮 ボイル野菜 すまし汁	パンがゆ 豆乳スープ ミルク
4	火	全がゆ マーボー豆腐 春雨煮 中華風スープ	蒸しパン牛乳浸し ほうれん草スープ ミルク
5	水	米粉ロールパン牛乳浸し 鶏肉のオニオンソース煮 ブロッコリーだし煮 人参スープ	おかかがゆ みそ汁 ミルク
6	木	全がゆ 鮭と玉ねぎのトロトロ煮 野菜の煮物 根菜汁	ポテトがゆ みそ汁 ミルク
7	金	【お誕生日会】全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 トマトのおかか和え マカロニスープ	豆腐とトマトのリゾット わかめスープ ミルク
8	土	野菜おじや 人参の甘煮 すまし汁	ツナパンがゆ キャベツのスープ ミルク
10	月	全がゆ 野菜のクリーム煮 野菜と麩の煮物	きな粉がゆ ポテトスープ ミルク
11	火	米粉ロールパン牛乳浸し ミートローフ煮 わかめのとろみ煮 チンゲン菜のスープ	チーズがゆ キャベツのスープ ミルク
12	水	そばろがゆ 野菜とわかめ煮 みそ汁	野菜うどん ミルク
13	木	鶏うどん 野菜とツナ煮 豆腐のスープ	ドーナッツ牛乳浸し ミルクスープ ミルク
14	金	米粉ロールパン牛乳浸し 魚とじゃがいものマッシュ キャベツ煮 ポテトスープ	あんかけ鮭うどん ミルク
15	土	納豆がゆ おかか煮 みそ汁	米粉ロールパン牛乳浸し オニオンスープ ミルク
17	月	全がゆ 生揚げと野菜の味噌煮 ボイル野菜 すまし汁	パンがゆ 豆乳スープ ミルク
18	火	全がゆ マーボー豆腐 春雨煮 中華風スープ	蒸しパン牛乳浸し ほうれん草スープ ミルク
19	水	米粉ロールパン牛乳浸し 鶏肉のオニオンソース煮 ブロッコリーだし煮 人参スープ	おかかがゆ みそ汁 ミルク
20	木	全がゆ 鮭と玉ねぎのトロトロ煮 野菜の煮物 根菜汁	ポテトがゆ みそ汁 ミルク
21	金	全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 トマトのおかか和え マカロニスープ	豆腐とトマトのリゾット わかめスープ ミルク
24	月	全がゆ 野菜のクリーム煮 野菜と麩の煮物	きな粉がゆ ポテトスープ ミルク
25	火	米粉ロールパン牛乳浸し ミートローフ煮 わかめのとろみ煮 チンゲン菜のスープ	チーズがゆ キャベツのスープ ミルク
26	水	そばろがゆ 野菜とわかめ煮 みそ汁	野菜うどん ミルク
27	木	鶏うどん 野菜とツナ煮 豆腐のスープ	ドーナッツ牛乳浸し ミルクスープ ミルク
28	金	米粉ロールパン牛乳浸し 魚とじゃがいものマッシュ キャベツ煮 ポテトスープ	あんかけ鮭うどん ミルク
29	土	野菜おじや 人参の甘煮 すまし汁	ツナパンがゆ キャベツのスープ ミルク

## 虫歯予防

6月4日は虫歯予防デーです。虫歯は歯が糖분을元に酸をつくり、この酸が歯の表面を溶かすことで起こります。子どもたちの歯は柔らかく、虫歯になりやすいため、毎日の歯磨きで虫歯を予防することが大切です。また、健康な歯を作るためにもバランスの良い食事を噛んで食べることが心がけ、清涼飲料水などをだらだら飲まないように注意しましょう。



## 6月のメニュー

〈かみなり汁、紫陽花ゼリー、カタツムリケーキ〉

●かみなり汁・・・北関東の郷土料理です。水気を切った豆腐を崩しながら油で炒め、だし汁や味噌で味付けした具沢山の汁物です。豆腐を油で炒めている時のパリパリという音がかみ나리의音に似ていることからかみなり汁という名前がつけました。



●紫陽花ゼリー・・・6月のお花といえばアジサイ！！カラフルで綺麗なゼリーです。※本物のアジサイは毒があるので食べたりしないでください。

★今月は子どもたちの大好きなカタツムリもおやつに登場しますよ。可愛いカタツムリケーキにいつ会えたかお子さん達から聞いてみてください。



## お知らせ

6月12日は食育講座があります。幼児さんを対象に給食の先生が食育のお話をしますよ。今年度の食育は「まめ」をテーマにいろいろな子どもたちと楽しみながら一緒に学んでいきたいと思っています。知っているようで知らないお豆の世界を広げていきます。





2024年

6月献立表(7~8か月頃)

館第一すぎのこ保育園

日	曜	午前食	午後食
1	土	納豆がゆ おかか煮 みそ汁	パンがゆ オニオンスープ ミルク
3	月	全がゆ 生揚げと野菜の味噌煮 野菜の柔らか煮 すまし汁	パンがゆ 豆乳スープ ミルク
4	火	全がゆ マーボー豆腐煮 野菜の煮物 中華風スープ	蒸しパン牛乳がゆ ほうれん草スープ ミルク
5	水	パンがゆ 鶏肉のオニオンソース煮 ブロッコリーだし煮 人参スープ	おかかがゆ みそ汁 ミルク
6	木	全がゆ 鮭と玉ねぎのトロトロ煮 野菜の煮物 根菜汁	ポテトがゆ みそ汁 ミルク
7	金	【お誕生日会】全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 トマトのおかか煮 小松菜のスープ	豆腐とトマトのリゾット わかめスープ ミルク
8	土	野菜おじや 人参のトロトロ煮 すまし汁	パンがゆ キャベツのスープ ミルク
10	月	全がゆ 野菜のミルク煮 野菜と麩の煮物	きな粉がゆ ポテトスープ ミルク
11	火	パンがゆ 野菜のそぼろ煮 わかめのとろみ煮 チンゲン菜のスープ	チーズがゆ キャベツのスープ ミルク
12	水	そぼろがゆ 野菜とわかめ煮 みそ汁	野菜うどん ミルク
13	木	鶏うどん 野菜とツナ煮 豆腐のスープ	野菜リゾット ミルクスープ ミルク
14	金	パンがゆ 魚とじゃがいものマッシュ キャベツ煮 ポテトスープ	あんかけ鮭うどん ミルク
15	土	納豆がゆ おかか煮 みそ汁	パンがゆ オニオンスープ ミルク
17	月	全がゆ 生揚げと野菜の味噌煮 野菜の柔らか煮 すまし汁	パンがゆ 豆乳スープ ミルク
18	火	全がゆ マーボー豆腐煮 野菜の煮物 中華風スープ	蒸しパン牛乳がゆ ほうれん草スープ ミルク
19	水	パンがゆ 鶏肉のオニオンソース煮 ブロッコリーだし煮 人参スープ	おかかがゆ みそ汁 ミルク
20	木	全がゆ 鮭と玉ねぎのトロトロ煮 野菜の煮物 根菜汁	ポテトがゆ みそ汁 ミルク
21	金	全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 トマトのおかか煮 小松菜のスープ	豆腐とトマトのリゾット わかめスープ ミルク
24	月	全がゆ 野菜のミルク煮 野菜と麩の煮物	きな粉がゆ ポテトスープ ミルク
25	火	パンがゆ 野菜のそぼろ煮 わかめのとろみ煮 チンゲン菜のスープ	チーズがゆ キャベツのスープ ミルク
26	水	そぼろがゆ 野菜とわかめ煮 みそ汁	野菜うどん ミルク
27	木	鶏うどん 野菜とツナ煮 豆腐のスープ	野菜リゾット ミルクスープ ミルク
28	金	パンがゆ 魚とじゃがいものマッシュ キャベツ煮 ポテトスープ	あんかけ鮭うどん ミルク
29	土	野菜おじや 人参のトロトロ煮 すまし汁	パンがゆ キャベツのスープ ミルク

虫歯予防

6月4日は虫歯予防デーです。虫歯は歯が糖分を元に酸をつくり、この酸が歯の表面を溶かすことで起こります。子どもたちの歯は柔らかく、虫歯になりやすいため、毎日の歯磨きで虫歯を予防することが大切です。また、健康な歯を作るためにもバランスの良い食事を噛んで食べることが心掛け、清涼飲料水などをだらだら飲まないように注意しましょう。

お知らせ

6月12日は食育講座があります。幼児さんを対象に給食の先生が食育のお話をしますよ。今年度の食育は「まめ」をテーマにいろいろ子どもたちと楽しみながら一緒に学んでいきたいと思ひます。知っているようで知らないお豆の世界を広げていきます。

6月のメニュー 〈かみなり汁、紫陽花ゼリー、カタツムリケーキ〉

●かみなり汁・・・北関東の郷土料理です。水気を切った豆腐を崩しながら油で炒め、だし汁や味噌で味付けした具沢山の汁物です。豆腐を油で炒めている時のバリバリという音がかみなりの音に似ていることからかみなり汁という名前がつけました。

●紫陽花ゼリー・・・6月のお花といえばアジサイ！！カラフルで綺麗なゼリーです。※本物のアジサイは毒があるので食べたりしないでください。

★今月は子どもたちの大好きなカタツムリもおやつに登場しますよ。可愛らしいカタツムリケーキにいつ会えたかお子さん達から聞いてみてください。